



“Peddy-paper” contra hipertensão no Dia da Saúde

Prevenção Incentivar a mudar os comportamentos que podem causar hipertensão é um dos objectivos da gincana

FIGUEIREDO



Escola Superior de Enfermagem de Coimbra e parceiros anunciaram acção lúdica

José João Ribeiro

A Escola Superior de Enfermagem de Coimbra (ESEnFC) organiza no próximo domingo, no Parque Verde do Mondego, uma actividade comemorativa do Dia Mundial da Saúde, este ano dedicado à prevenção da hipertensão.

A iniciativa, de carácter lúdico, constará de um “peddy-paper” ou gincana mobilizando cidadãos de todas as idades que, percorrendo vários stands, avaliam o risco cardiovascular, testam os seus conhecimentos sobre estilos de vida que podem causar a hipertensão e recebem aconselhamento personalizado. Ou seja, pretende-se aumentar a literacia sobre estilos de vida que podem causar hipertensão e sensibilizar as pessoas para os cuidados de saúde preventivos.

Em conferência de Imprensa, ontem no Pólo A da ESEnFC, Irma Brites explicou que os stands são 10 e que ficarão colocados entre o Pavilhão Centro de Portugal e o Museu da Água.

A iniciativa, que decorrerá em simultâneo também em Angola, Moçambique e Cabo Verde, arranca às 8h30 e termina às 13h00, de acordo com aquela professora da ESEnFC.

Os parceiros do evento são o IREFREA Portugal - Instituto Europeu para o Estudo dos Factores de Risco em Crianças e Adolescentes, Administração Regional de Saúde (ARS) do Centro (Departamento de Saúde Pública), Câmara Municipal de Coimbra (Divisão da Juventude), Fundação Portuguesa de Cardiologia, Associação Existências, Instituto de Medicina Integrativa, Orquestra

Clássica do Centro (OCC), Complexo Verde do Mondego, Águas de Coimbra, Centro de Ciência Viva de Coimbra, Centro de Saúde de Eiras, Consulta de Cessação Tabágica e Escola Secundária D. Dinis.

Paulo Anjos, presidente da Associação Existências, explicou que a intervenção desta instituição incidirá sobre a componente sexual e a prevenção do vírus da Sida.

Polybio Serra e Silva, presidente da Delegação Centro da Fundação Portuguesa de Cardiologia, recordou que o sedentarismo, a má alimentação, o tabaco e o sal, são as «quatro bases» da hipertensão arterial.

O Dia Mundial da Saúde é comemorado a 7 de Abril para assinalar o aniversário da fundação da Organização Mundial da Saúde (OMS), em 1948. ◀